

# Zendo Inneres Lind

## Zazen-Tag

### Programm

09.00	Einführung für erstmalig Teilnehmende
09.15	Eintreffen / Austausch
09.30	Rezitation
09.35 – 10.30	Zazen / Kinhin
10.30	Intervall (Tee, Früchte)
10.50 – 11.20	Vortrag
11.20 – 12.00	Zazen / Kinhin
12.00 – 13.30	Mittagessen / Intervall
13.30 – 15.00	Zazen / Kinhin / Einzelgespräch
15.00	Intervall (Tee, Früchte)
15.30 – 16.20	Zazen / Kinhin / Einzelgespräch
16.20 – 16.30	Rezitation / Abschluss
16.30	Schluss



Zendo Inneres Lind